

Leçon 10 : QUELQUES MALADIES CARDIO-VASCULAIRES

2^{ème} PARTIE : ACTIVITE CARDIAQUE

THEME 5 : L'ACTIVITE CARDIAQUE

Leçon 10 : QUELQUES MALADIES CARDIO-VASCULAIRES

Introduction :

Les maladies cardio-vasculaires sont responsables de la moitié des décès dans les pays développés et deviennent de plus en plus fréquentes dans les pays sous développés. Ce sont : **artériosclérose** et l'**hypertension**.

I. L'ARTERIOSCLEROSE OU ATHEROSCLEROSE

Il est dû à un dépôt de lipides (**cholestérol**) et la prolifération de tissus fibreux formant des **plaques d'athérome** dans la paroi interne des artères. Ce qui provoque son durcissement, son épaissement et son altération, c'est l'**athérosclérose**.

I-1. Evolution de la maladie

L'**athérosclérose** des artères de gros et moyen calibres (artères aortique, céphaliques et coronaires), peut produire diverses complications : l'**infarctus du myocarde**, l'**angine de poitrine** et l'**anévrisme**.

I-1-1. Infarctus du myocarde

C'est une **athérosclérose coronaire** due à la formation de **caillots de sang** qui bloquent complètement l'artère. Il se produit dans les parties non irriguées un déficit d'apport en **O₂** et en nutriments entraînant la mort de leurs cellules, c'est l'**infarctus**. Une forte émotion ou la prise d'un repas copieux peut entraîner une crise cardiaque mortelle dans **60%** des cas.

NB : Un **infarctus cérébral** entraîne une perte des fonctions sensitives ou motrices selon le territoire détruit.

I-1-2. Angine de poitrine

Elle se manifeste par une insuffisance des apports sanguins d'une des artères coronaires.



est provoquée par une diminution ou une obturation

Leçon 10 : QUELQUES MALADIES CARDIO-VASCULAIRES

I-1-3. Anévrisme

C'est une dilatation anormale de la paroi d'une artère créant une cavité ou une hernie remplie de sang. Ce qui peut entraîner une destruction de la paroi suivie d'une hémorragie interne.

I-2. Causes

Les causes exactes ne sont pas connues, on ne parle que de **facteurs de risque** qui sont : l'hypertension artérielle, le taux élevé de cholestérol dans le sang, la consommation de tabac, le diabète, la sédentarité excessive, l'hérédité, l'âge (l'**artériosclérose** est absente jusqu'à **20** ans), le sexe (les hommes ont 10 à 15 ans d'avance sur les femmes pour l'apparition de l'**artériosclérose**).

II- L'HYPERTENSION ARTERIELLE

Elle est la cause de plusieurs **accidents vasculaires cérébraux (AVC)** souvent mortels.

II-1. Définition

L'**hypertension** artérielle est la pression artérielle élevée au-dessus des valeurs normales. Une personne de moins de **40 ans** a une **hypertension** si sa **pression artérielle maximale** est supérieure ou égale à **16** et la **pression minimale** supérieure ou égale à **10**. L'**hypertension** est dite **primaire** ou **essentielle** si aucune maladie spécifique ne la provoque, **secondaire** si elle est la conséquence d'une autre maladie.

II-2. Causes

Des **facteurs génétiques** et **environnementaux** sont à l'origine de l'**hypertension primaire** qui représente **90%** des cas avec une plus grande fréquence chez les personnes présentant une surcharge pondérale, consommant beaucoup de sel, peu d'aliments riches en potassium ou beaucoup d'alcool et chez les personnes sédentaires ou soumises à un stress psychologique.

L'**hypertension secondaire** représente **10%** des cas et peut être causée par une **maladie rénale**, la prise de **pilules contraceptives** ou des **troubles hormonaux**.

Leçon 10 : QUELQUES MALADIES CARDIO-VASCULAIRES

NB : L'hypertension augmente naturellement avec l'âge.

La tension artérielle normale évolue avec l'âge :

Ages	Tension maximale	Tension minimale
15-45 ans	12	8
46-60 ans	14	9
Plus de 60 ans	$10 + \text{âge (ans)}/10$	10

NB : Un sujet dont la tension maximale est de **14** lorsqu'il est en activité peut avoir une tension de **7 à 8** pendant son sommeil.

II-3. Traitement

Quand on ne connaît pas la cause de l'hypertension, on utilise des médicaments qui la font baisser directement. Ce traitement est accompagné d'un régime alimentaire pauvre en sel, en calories, en alcool et en graisses saturées, mais riche en potassium.